



2021

CALENDRIER

**Une année pour tisser des liens.
Ces liens tricotés et tissés au fil
des jours nous gardent en santé
pour faire face aux défis de la vie.**



Office municipal
d'habitation
de Montréal



DES SERVICES MOINS CHERS POUR TOUS



SOINS DE LA VUE

- Examen chez l'optométriste GRATUIT pour moins de 18 ans, 65 ans et plus et prestataires de l'aide sociale.

LUNETTES DE VUE

- Le Bonhomme à lunettes
Petits prix pour les gens à faible revenu / 20 \$ pour les prestataires de l'aide sociale / gratuit pour les enfants
Infos : 514 303-4315 / bonhommealunettes.org
- Mieux voir pour réussir
Programme d'aide financière qui offre un remboursement de 250 \$ à l'achat de lunettes ou de lentilles pour enfant (- 18 ans)
Infos : formulaires.ramq.gouv.qc.ca/lunettes



SOINS DENTAIRES

- Clinique-école du Collège de Maisonneuve
3800, rue Sherbrooke Est, porte extérieure A-28
Rendez-vous : 514 787-1702
- Clinique dentaire de l'Université de Montréal
2900, boul. Édouard-Montpetit
Rendez-vous : 514 343-6750



PSYCHOLOGIE

- Clinique universitaire de psychologie – Montréal
Pavillon Marie-Victorin, local D-331
1525, boul. Mont-Royal Ouest
Infos : 514 343-7725



SERVICES DE COIFFURE

- St-Laurent Académie
914A, rue Sainte-Catherine Est
Rendez-vous : 514 284-0661
Infos : stlaurentcoiffure.com



MASSOTHÉRAPIE

- Académie de massage scientifique
1001, rue Sherbrooke Est, bureau 840
(8^e étage)
Montréal (Québec)
Infos : 1 800 475-1964



SERVICES JURIDIQUES

- Juripop
300-2006, rue Plessis
Rendez-vous : 514 705-1637 #245
Infos : juripop.org

BESOIN D'AIDE ?

211

POUR TROUVER
DES RESSOURCES
SOCIOCOMMUNAUTAIRES
PRÈS DE CHEZ VOUS



2-1-1



211qc.ca

Bonne année 2021!



L'association de locataires des habitations Saint-Michel Nord a organisé une rencontre d'accueil dans le parc situé en face du HLM.



JANVIER 2021



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	31	1 Nouvel An Loyer Bureaux fermés	2	3
4 Bureaux fermés	5	6	7	8	9	10
11	12	13 ☾	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 ●	29	30	31

« Lors de cette rencontre, deux locataires ont réalisé qu'elles étaient voisines. Ça permet un premier contact. »

Magalie Gaston, présidente de l'association

☾ Nouvelle lune
● Pleine lune

L'art comme thérapie. Les Balconfinés.es aident à passer les journées d'isolement. La compagnie de théâtre de rue Drôladon réalise une tournée devant les HLM de Rosemont.

FÉVRIER 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	2 Rencontre Comité consultatif des résidents Jour de la marmotte	3	4	5	6	7
8	9	10	11 ☉	12	13	14 Saint-Valentin
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27 ●	28

« Une résidante m'a dit "Ça met de la vie dans la vie". Une autre a été très émue de voir l'échassière jouer du violon. Ça lui a rappelé son père qui en jouait quand elle était jeune. »

Judith Lemaire, organisatrice communautaire





« Il faut s'assurer que notre monde ne s'ennuie pas trop, même si l'on n'a pas nos salles communautaires et qu'on ne peut pas jouer en se rassemblant. Téléphoner à vos gens qui sont plus vulnérables et qui s'ennuient. Il faut les encourager. »

Lise Sévigny, présidente de l'association des habitations Curé-Vianney-Savaria



MARS 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	2	3	4	5	6	7
8 Journée internationale des femmes	9 Rencontre Comité consultatif des résidents	10	11	12	13 ☉	14 Heure avancée de l'Est
15	16	17	18	19	20 Équinoxe du printemps	21
22 Début des inscriptions au Club Fleurs et Jardins 514 521-5608 Journée mondiale de l'eau	23	24	25	26	27	28 ☀
29	30	31	1	2	3	4

Aux habitations Charlebois, il y avait aussi des spectacles de musique! Le Centre des femmes actives de Saint-Henri a travaillé très fort pour divertir les résidents. Madame Loyer était fière d'y participer.

AVRIL 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29	30	31	1	2	3	4
			Loyer	Vendredi Saint Bureaux fermés		Pâques
5	6	7	8	9	10	11
Lundi de Pâques Bureaux fermés	Rencontre Comité consultatif des résidents	Journée mondiale de la santé				
12 ☉	13	14	15	16	17	18
Loyer						Semaine de l'action bénévole
19	20	21	22	23	24	25
			Jour de la Terre			
26	27 ●	28	29	30	1	2
				Date limite pour remettre vos déclarations de revenus		



La musique fait du bien au cœur!

Des résidentes heureuses d'avoir assisté au spectacle en plein air de l'Orchestre symphonique de Montréal aux habitations Favard, Montmorency et Charlevoix.



Un répit bien mérité pour les familles qui viennent de déménager aux habitations Saint-Michel Nord! De petits plats congelés savoureux ont été livrés aux nombreuses familles et des articles avec le logo des Canadiens de Montréal ont été offerts aux enfants.

MAI 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	1 Loyer	2
3	4	5	6	7	8	9 Fête des Mères
10	11 ☉ Rencontre Comité consultatif des résidents	12	13	14	15 Journée internationale de la famille	16
17	18	19	20	21 Journée mondiale de la diversité culturelle	22	23
24 Journée nationale des patriotes Bureaux fermés	25	26 ●	27	28	29	30
31 Journée mondiale sans tabac						

« Nous sommes deux à venir régulièrement ici.
Les autres sont trop âgés pour se déplacer.
Ce jardin, c'est un peu le nôtre. »

Madame Abbasi, résidante aux habitations Place Newman



JUIN 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
31	1 Loyer	2	3	4	5	6
7	8	9	10 ☉	11	12	13
14	15 Journée mondiale de la sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées	16	17	18	19	20 Fête des Pères
21 Solstice d'été	22 Rencontre Comité consultatif des résidents	23	24 ☀ Fête nationale du Québec Bureaux fermés	25	26	27 Journée canadienne du multiculturalisme
28	29	30	1	2	3	4



« J'aime les légumes frais du jardin. Ils sont tellement meilleurs. J'ai aménagé quelques bacs en arrière qui sont moins longs et plus bas, spécialement pour les gens handicapés. Et je m'occupe des fleurs en avant de l'immeuble. »

Madame Poirier, résidante aux habitations Côte-des-Neiges





« Profitons de cette jeunesse, de cette énergie pour changer les choses, faire entendre notre voix. Aussi, amusons-nous, car la jeunesse ne restera pas éternellement! »

Sihem Youbi, membre du MOUV



JUILLET 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	1 Loyer Fête du Canada Bureaux fermés	2	3	4
5	6	7	8	9	10 ☉	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24 ●	25
26	27	28	29	30	31	1

« À tous les jeunes : nous devons faire tomber les barrières entre nous ; il y en a déjà assez dans la société. Unissons-nous et encourageons-nous ! »

Leidy Paola Duque, porte-parole jeunesse, avec les soeurs Sihem et Iman Youbi, pour la Fondation de l'OMHM

AOÛT 2021

L'année du masque! Résidents, organismes et employés s'unissent pour faire la distribution de masques dans plusieurs quartiers de Montréal.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	31	1 Loyer
2	3	4	5	6	7	8 ☉
9	10	11	12 Journée internationale de la jeunesse	13	14	15
16	17	18	19 Journée mondiale de l'aide humanitaire	20	21	22 ☀
23	24	25	26	27	28	29
30	31					





L'heure du thé! Les employés continuent d'être présents dans les milieux de vie. Même les enfants respectent bien les règles quand des employés viennent leur rendre visite.

SEPTEMBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
30	31	1 Loyer	2	3	4	5
6 Fête du Travail Bureaux fermés	7 ☀️	8 Journée internationale de l'alphabétisation	9	10	11	12
13	14 Rencontre Comité consultatif des résidents	15	16	17	18	19
20	21 🌞 Journée internationale de la paix	22 Équinoxe d'automne	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3



Un nouveau projet de l'organisme MU est en place pour mettre de la vie et des couleurs dans la cour des habitations Rosemont. Les jeunes peuvent s'amuser et bouger à l'extérieur sur un jeu géant de serpents et échelles.

Place à la magie! Les résidants ont pu assister, de leur balcon, au récital rêvé et imaginé par Marc-Alexandre Brûlé. Un spectacle haut en couleur!

OCTOBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27	28	29	30	1 Loyer Journée internationale des aînés	2 Journée internationale de la non-violence	3
4	5 Journée mondiale de l'habitat	6 ☀	7	8	9	10 Journée mondiale de la santé mentale
11 Action de grâce Bureaux fermés	12	13	14	15	16	17 Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté
18	19	20 ☀	21	22	23	24
25	26 Rencontre Comité consultatif des résidants	27	28	29	30	31 Halloween





Madame Vadivelu vient d'arriver dans un logement neuf. Elle avait hâte de s'installer et de le faire découvrir à tout son monde.

NOVEMBRE 2021



« Chaque petit moment agréable dans la journée, je les accumule et j'y repense avant de dormir. Le bonheur, on l'a en soi. Je suis heureuse. »

Madame Laporte, résidente des habitations Saint-Vallier

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Loyer	2	3	4 ☉	5	6	7 Fin de l'heure avancée de l'Est
8	9	10	11 Jour du Souvenir	12	13	14
15	16 Journée internationale de la tolérance	17	18	19 ☀	20 Journée internationale des droits de l'enfant	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30 Rencontre Comité consultatif des résidents	1	2	3	4	5

DÉCEMBRE 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
29	30	1 Loyer	2	3	4 ☉	5
6	7	8	9	10 Journée des droits de l'homme	11	12
13	14	15	16	17	18	19 ☀
20	21 Solstice d'hiver	22	23	24 Bureaux fermés	25 Noël	26
27 Bureaux fermés	28 Bureaux fermés	29	30	31 Bureaux fermés	1 Nouvel An Bureaux fermés	2



Les enfants jouent souvent un rôle essentiel pour aider à traduire et transmettre l'information à leur famille. Le spectacle allait commencer, il fallait informer toutes les familles du quartier. Les enfants ne pouvaient pas manquer cette belle occasion!

Une initiative d'Action-Gardien, la Corporation de développement de Pointe-Saint-Charles.



Répertoire des ressources

811 Info-Santé et Info-Social

Une infirmière d'Info-Santé ou un intervenant d'Info-Social répond à vos questions, vous donne des conseils éclairés et vous oriente au besoin vers la bonne ressource du réseau de la santé et des services sociaux. 24 h sur 24, 7 jours sur 7. Gratuit et confidentiel.

AÎNÉS

- FADOQ
(Regroupement des personnes de 50 ans et plus du Québec)
514 252-3017 fadoq.ca
- Ligne aide abus aînés
514 489-2287
- Tel-Aînés (centre d'écoute et de référence)
514 353-2463
- Aîné-Avisé
(Fraude, maltraitance et intimidation envers les aînés)
aineavise.ca

JEUNESSE

- Tel-jeunes
1 800 263-2266
- LigneParents
1 800 361-5085
- Jeunesse, J'écoute
1 800 668-6868
- Direction de la protection de la jeunesse (DPJ)
514 896-3100
- Les centres de la jeunesse et de la famille Batshaw
(DPJ anglophone)
514 935-6196

311 Services de la Ville de Montréal

Numéro de téléphone unique pour toute question sur les services municipaux : 311

- Lundi au vendredi : 8 h 30 à 20 h 30
- Samedi, dimanche et jours fériés : 9 h à 17 h

EMPLOI ET REVENUS

- Centres locaux d'emploi (CLE)
mess.gouv.qc.ca/services-en-ligne
- Centre des femmes de Montréal
514 842-4780 centredesfemmesdemtl.org
- Carrefour Jeunesse Emploi de votre quartier
(16 à 35 ans)
trouvetonje.com
- Association coopérative d'économie familiale (ACEF)
(Aide au budget)
ACEF du Sud-Ouest : 514 362-1771
ACEF du Nord : 514 277-7959
ACEF de l'Est : 514 257-6622

VIOLENCE CONJUGALE ET FAMILIALE

- SOS violence conjugale
514 873-9010 sosviolenceconjugale.ca
- À cœur d'homme - Réseau d'aide aux hommes pour une société sans violence
1 877 660-7799 acoeurdhomme.com

VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)
1 866 532-2822 cavac.qc.ca
- Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS)
514 529-5252 rqcacacs.qc.ca

211 Centre de Référence du Grand Montréal

Au téléphone

211 est un service d'information et de référence multilingue disponible 7 jours par semaine, de 8 h à 18 h.

Sur Internet

211 rend disponibles toutes les informations à jour sur les ressources sociocommunautaires : 211qc.ca

- Centre pour les victimes d'agression sexuelle de Montréal (CVASM)
(Ligne-ressource)
514 933-9007

SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCES

- Suicide action Montréal (ligne de prévention du suicide)
1 866 277-3553 suicideactionmontreal.org
- Tel-Aide (Ligne d'écoute anonyme 24 h / 7 j)
514 935-1101 telaide.org
- Les centres de crise
(Adultes en détresse psychologique ou psychosociale)
811 pour connaître le centre le plus proche
centredecrise.ca
- Drogue : aide et référence
(Soutien, information et référence aux personnes affectées par la toxicomanie. 24 h / 7 j)
514 527-2626 drogue-aidereference.qc.ca
- Jeu : aide et référence
(Soutien, information et référence sur le jeu excessif. 24 h / 7 j)
514 527-0140 jeu-aidereference.qc.ca

RESSOURCES GÉNÉRALES

- Aide juridique
514 864-2111 aidejuridiquedemontreal.ca
- Services Québec
514 644-4545 quebec.ca
- Interligne
(Centre d'aide et de renseignements aux personnes LGBTQ+)
514 866-0103 Texto : 1 888 505-1010 interligne.com

Pour mieux vous servir!

Un seul numéro pour TOUTES vos demandes à l'OMHM

Centre d'appels : 514 872-6646

Pour vous simplifier la vie, vous pouvez maintenant appeler le centre d'appels pour tous vos besoins :

- ✓ Sécurité
- ✓ Réparation
- ✓ Bail
- ✓ Extermination
- ✓ Entretien
- ✓ Cohabitation
- ✓ Stationnement
- ✓ Etc.

Si l'employé n'a pas la réponse à votre question, il vous dira qui joindre dans la grande équipe de l'OMHM.

TROIS ADRESSES POUR DES SERVICES DIFFÉRENTS



Bureau de services – Est
3330, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec)
H1N 3S4



**Station de métro
Assomption**

Services offerts

- ✓ Paiement du loyer
- ✓ Demandes et informations diverses
- ✓ Plaintes



Bureau de services – Ouest
2247, rue Delisle
Bureau 300
Montréal (Québec)
H3J 1K4



**Station de métro
Lionel-Groulx**



Bureau administratif de la gestion des baux
255, boul. Crémazie Est,
Bureau 150
Montréal (Québec)
H2M 1M2



**Station de métro
Crémazie**

Services offerts

- ✓ Renouvellement et modifications au bail
- ✓ Résiliation du bail
- ✓ Attribution d'un stationnement
- ✓ Demande de changement de logement



Office municipal
d'habitation
de Montréal